5.089 Polievka šarišská ľušta
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	18,00	18,00	20,00	20,00	22,00	22,00	25,00	25,00
soľ	0,05	0,05	0,10	0,10	0,10	0,10	0,12	0,12
zemiaky	1,50	1,20	2,00	1,60	2,00	1,60	3,00	2,40
kapusta kyslá b. n.	1,00	1,00	1,50	1,50	1,50	1,50	2,00	2,00
olej	0,15	0,15	0,20	0,20	0,30	0,30	0,40	0,40
cesnak	0,10	0,09	0,10	0,09	0,10	0,09	0,12	0,10
múka hladká	0,25	0,25	0,35	0,35	0,50	0,50	0,60	0,60
fazuľa	0,80	0,80	1,00	1,00	1,00	1,00	2,00	2,00
slanina údená			0,30	0,30	0,50	0,50	0,60	0,60
múka hrubá	0,40	0,40	0,70	0,70	0,70	0,70	1,00	1,00
korenie čierne mleté			0,01	0,01	0,02	0,02	0,03	0,03
rajčiakový pretlak	0,60	0,60	0,70	0,70	0,70	0,70	0,90	0,90
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	

Výrobný postup

Prebratú, umytú, namočenú fazuľu uvaríme do polomäkka, pridáme rajčiakový pretlak, kyslú kapustu a dovaríme. Na oleji pripravíme svetlú zápražku, ktorou zahustíme polievku. Do vriacej polievky zavaríme zemiakové halušky, ktoré sme pripravili zo surových, umytých, očistených, postrúhaných zemiakov a hrubej múky. Všetko spolu varíme. Pridáme opraženú údenú slaninu, dochutíme soľou, korením a prelisovaným cesnakom. Varíme ešte 20 minút.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	364	87	2,92	1,8	0,9	13,6	2,2	30,4	0,8	0,029	0,1	0,0	8,5	0,0
B	568	136	4,18	4,1	1,2	18,9	3,0	39,5	1,1	0,03	0,1	0,0	11,4	0,0

										4				
C	674	162	4,54	6,3	1,8	20,0	3,0	41,7	1,1	0,035	0,1	0,0	11,4	0,0
D	1022	245	7,61	8,1	2,5	32,3	5,3	62,3	2,0	0,072	0,2	0,1	18,7	0,0